



Guías de autocuidados Recomendaciones del enfermero/a y procedimiento terapéutico

24. Prótesis de rodilla

Usted ha sido sometido a una intervención de prótesis de rodilla. En esta hoja encontrará algunos cuidados y ejercicios que deberá realizar en su domicilio. Léalo atentamente.

Ejercicios

Tumbese en la cama boca arriba y relájese.

Flexione una pierna y mantenga el pie apoyado firmemente.

Levante la otra pierna extendida unos 8 cm durante unos cinco segundos. Descanse, luego repita el ejercicio con la pierna contraria.

Debe ir cargando con la pierna operada según tolere, ayudándose con los bastones que le han facilitado, de la forma que le hemos enseñado, a no ser que su médico se lo haya contraindicado.

Sentado en una silla o al borde de la cama, realice ejercicios de flexión y extensión de la rodilla y mueva el tobillo hacia arriba y hacia abajo.

Mueva los dedos y articulaciones no incluidas en la cirugía.

Cuidados al alta

Usted lleva un apósito en la herida, debe mantenerlo hasta el día que tenga revisión médica. Trate de mantener la herida limpia y seca. Si el apósito se mancha o se moja puede cambiarlo por otro.

Si observa que el apósito está manchado con líquido sanguinolento o sangre, aplique un antiséptico y un nuevo apósito. Si esto persiste, consulte con el personal sanitario de su centro asistencial.

Recuerde que la media elástica se debe poner cuando se levante y retirarla para dormir.

Si su médico le ha prescrito medicación que debe tomar. Cumpla el horario y las especificaciones indicadas.

Recuerde que en ocasiones la medicación puede producir efectos secundarios. Si usted percibiera erupciones en la piel, dolor de estómago, u otros síntomas, suspenda la medicación y póngase en contacto con el Centro Asistencial. Coméntelo con su médico.



Si presenta fiebre, dolor, inflamación, frialdad, hormigueo o cambio de color de la piel consulte con el Centro Asistencial.

Su médico le ha indicado una fecha para su próxima revisión. Observe el día y la hora indicada.

Recomendaciones individuales